



**A.I.F.I. COURSE**  
powered by GIS Sport



**7.5 ECM**



# ADVANCED LOWER LIMB MUSCLE INJURY REHABILITATION



**FITFAM SPORT &  
CONDITIONING**

*Via Gran Sasso, 13 - 20011  
Corbetta (MI)*



**15 GIUGNO 2025**



**DOTT.  
ENDA KING**

Info: [gissport@aifi.net](mailto:gissport@aifi.net)





**A.I.F.I. COURSE**  
powered by GIS Sport



**7.5 ECM**



## **OBIETTIVO**

imparare ad utilizzare la biomeccanica e la tecnologia per sviluppare atleti più performanti e robusti

Il corso illustrerà i fattori chiave da considerare e valutare in un atleta infortunato, i test, la tecnologia e le variabili rilevanti per ciascuna componente di tale valutazione e le strategie riabilitative necessarie per sviluppare capacità e cambiamento in ciascuna di queste componenti.



**A.I.F.I. COURSE**  
powered by GIS Sport



**7.5 ECM**



# PROGRAMMA

<b>09.00 - 10.30</b>	Pathomechanics and Components of Rehab
<b>10.30 - 10.45</b>	Break
<b>10.45.-12.15</b>	Motor Control
<b>12.15 - 13.15</b>	Lunch
<b>13.15 - 14.15</b>	Strenght
<b>14:15 - 15.15</b>	Power and biomechanics
<b>15.15 - 15.30</b>	Break
<b>15.30 - 17.15</b>	Running and Change of Direction
<b>17.15 - 17.30</b>	Test



**A.I.FI. COURSE**  
powered by GIS Sport



**7.5 ECM**



## **COSA TRATTERÀ IL CORSO**

- Cos'è il controllo motorio e la coordinazione e come valutarli
- Come misurare la forza e programmare per aumentarne la forza
- Come misurare potenza ed esplosività e quali sono i parametri chiave
- Come misurare le qualità pliometriche e di forza reattiva
- Componenti chiave nell'analisi della biomeccanica della corsa
- Come valutare il cambio di direzione rispetto all'agilità
- Apprendimento motorio e acquisizione di abilità



**A.I.FI. COURSE**  
powered by GIS Sport



**7.5 ECM**



## **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

- Comprendere i concetti alla base del controllo motorio e della coordinazione, come si sviluppano durante la maturazione e come valutarli e ottimizzarli durante la riabilitazione
- Apprezzare i diversi metodi di valutazione della forza negli arti inferiori e come ottimizzare l'adattamento durante la riabilitazione
- Esaminare l'uso della tecnologia nella profilazione della potenza e delle qualità pliometriche e come programmare di conseguenza
- Comprendere il ruolo della meccanica lineare della corsa negli infortuni e nelle prestazioni atletiche e ampliare le competenze per essere in grado di identificare e modificare i deficit biomeccanici
- Comprendere le differenze tra la valutazione della meccanica del cambio di direzione e l'agilità e costruire esercizi e sessioni mirate.
- Comprendere i concetti che guidano l'apprendimento motorio e l'acquisizione delle abilità e come integrarli nella tua programmazione specifica per i tuoi atleti e le esigenze dei loro sport.



**A.I.F.I. COURSE**  
powered by GIS Sport



**7.5 ECM**

# COSTI

Soci Gis Sport e Studenti (anche Master)	Soci A.I.F.I.	Altri
<b>240</b>	<b>320</b>	<b>380</b>

Quote comprensive di IVA

\*QUOTA STUDENTI: riservata a studenti dei Corsi di  
Laurea Triennale e Master